Thương Mình hay Mình Thương

Tôi không biết gọi tên đề tài bài giảng trưa nay là gì, nhưng tôi rất muốn bắt đầu bài giảng bằng một câu hỏi rất đời: Tôi hỏi rồi các vị tự trả lời, chứ chúng ta không thể trả lời trực tiếp với nhau ở đây được: Có bao giờ các vị tự hỏi: Nếu phải đứng trước một câu hỏi như sau mình sẽ phải trả lời như thế nào?
Nếu phải về sống với một người thương mình và sống với người mình thương thì mình chọn cái nào?
Câu hỏi rất đời nhưng rất Phật pháp. khi trả lời ,chúng ta có cơ hội quay lại vấn đề giáo lý rất quan trọng
Khác biệt giữa phàm phu và bậc thánh là phàm phu không phân biệt được cái thích và cái cần, còn bậc thánh phân biệt rất rõ.
Cho nên trong đời sống này và nhiều kiếp luân hồi chúng ta cứ nhầm lẫn giữa 2 điều đó.
Cùng lúc nhiều mối lái tới tìm mình thì mình không biết chọn cái nào.
Một bên thương mình mà mình không thương, còn một bên mình thương mà không thương mình, chọn cái nào?
Đôi khi chúng ta đặt vấn đề thích hay không mà không đặt vấn đề cần hay không.
Đối với một vấn đề ta có 3 điều để từ chối:
1/ Đó là sự vật, sự việc, người mà chúng ta ghét;
2/ Đó là cái chúng ta không thích;
3/ Cái đó có hại cho mình, thì không còn thích/ghét nữa, mà có hại sẽ từ chối nó;
4/ Cái đó không có lợi cho mình, dù thích hay không
Tiếp theo, Tôi muốn nói đến 4 trường hợp hành nhân/hành giả. Cuộc đời này giả định là một hành trình, một cuộc đi, một chuyến viễn trình.
Chúng ta chắc chắn là 1 trong 4 trường hợp:
1/ Đeo một gùi hành lý đầy những thứ không cần thiết.
2/ Đeo một túi hành lý toàn thứ cần thiết
3/ Chỉ đeo ba lô không có đồ đạc gì;
4/ không đeo ba lô nhưng có chỗ để đến.
Có thể nói, một người không biết Phật pháp thường ở Nhóm 1: đeo hành lý mà toàn thứ không cần thiết, chưa kể có hại cho mình.
Đa phần chúng ta đầu tư thật nhiều cho thứ không cần thiết. Đó là con người, còn động vật cấp thấp thì cả đời chúng chỉ biết kiếm tìm, gồng gánh thực phẩm, kiếm tìm chỗ ở, và giao phối.
Nhóm 2: biết lựa chọn để chuẩn bị túi hành lý gồm thứ cần thiết, là những phàm phu nghe Phật pháp, biết trau dồi chánh niệm,…
Nhóm 3: Chỉ đeo túi hành lý không có đồ đạc gì, như những vị xuất gia, cư sĩ từ chối đời sống tiện nghi sống đời tay trắng.
Không cưu mang gì nhưng trên vai còn cái túi. Ngay bây giờ, tuy cái gì họ cũng buông, nhưng còn phàm phu nên cái túi hành lý trước mắt vẫn còn. Nhưng hễ còn cái túi thì sẽ có vật để đựng.

Người quen, vai u thịt bắp nhưng đeo túi nhỏ và hơi nữ, nói : vì biết tật của mình nên mang cái túi nhỏ,chỉ bỏ cái thứ gọn gọn nhỏ nhỏ thôi.
Còn đeo túi lớn là nhét đủ thứ. Khi còn chỗ để chứa thì sớm muộn sẽ có cái để nhét vô nhưng trước mắt là không có.
Như Ngài Xá Lợi Phất có lần nói "Ta không thiết tha sự sống, cũng không thiết tha sự chết. Ta chỉ không muốn trái còn xanh nó rụng"
Bài giảng trưa nay đặc biệt nhấn mạnh TƯ LƯƠNG.
Tùy thuộc vào nền tảng mỗi người mà chúng ta chọn cái gì. Có những khía cạnh mà trước đây chưa kịp đào sâu. Đối tượng buổi giảng thứ 2 là những người sơ cơ chưa từng học qua Giáo lý. Các vị có khái niệm: Tại sao mình đến với Đạo, và Đến làm gì? Tùy thuộc nền tảng tâm thức chúng ta trong từng đời, kiếp sống mà chúng ta có chuẩn bị gì. Đó là bước 1.
Bước 2: trên nền tảng hành trang kiếp này, sẽ quyết định phần hành trang chúng ta sẽ mang trong kiếp sau.
Bài cũ đã đề cập: Có 4 mối quan hệ nhân quả: Mối quan hệ Nhân đưa đến Quả (mối quan hệ Nhân- Quả thuần túy)
Thí dụ: Đức Phật, Ngài có phước lớn là có vô số người sẵn sàng chết cho Ngài. Ngay bản thân tôi, nếu được gặp Đức Phật, nếu phải chết cho Ngài tôi sẵn sàng.
Dù tôi là người sợ chết. Khi bà con sợ hãi, bà con cứ tâm nguyện là: Mạng này con cúng cho Thế Tôn, cho Tam Bảo. Nếu con còn cái mạng thì con xin phụng sự cho Tam Bảo, cho hoằng dương Chánh Pháp. Nếu được gặp Đức Thế Tôn, thì con sẵn sàng cúng cái mạng này. Kể cả khi thực hành thiền. Tại sao Đức Phật có phước đó? Vì nhiều đời, Cái gì giúp được cho người khác là Ngài giúp, kể cả với cả tánh mạng.
Quan hệ thứ 2 của Nhân Quả là Mối quan hệ giữa Quả với Nhân. Bệnh do 5 lý do:
1/do căn quả, tiền nghiệp (do nghiệp kiếp trước);
2/do sinh hoạt không hợp lý (có những công việc phải đứng/ngồi quá nhiều,….);
3/do thực phẩm (thuốc men đầy đủ nhưng ăn tầm bậy nên bị bệnh);
4/do tâm lý (trầm uất, sợ hãi, nóng giận, ghen tuông,…. nhiều quá là điều kiện tạo ra bệnh);
5/Do Ngoại lực tác động (nắng, gió, mưa, sương, bị côn trùng cắn,…)
Do bệnh hoạn nhiều nên người không yên, làm gì cũng không được. Bệnh là nhân dẫn đến quả là mình là người khó khăn, khó gần, khó ưa; Nhân là đời trước mình có minh sư thiện hữu nên quả là đời này mình có trí. Mối quan hệ 3: Mối quan hệ giữa Nhân – Nhân (Thường cận y duyên), có nghĩa là người thường sống với tâm lành thì chính tâm lành này là nền tảng tâm thức cho tâm lành khác… Lối mòn tâm tư là thiện nhiều thi chính thiện này nuôi thiện mới, mà ác nhiều thì ác này sẽ nuôi ác mới. Cho nên, luôn luôn sống chánh niệm, quan sát thì chúng ta mới có tác động tốt giữa nhân lành này với nhân lành khác.
"Thói quen chính là bản tính thứ 2"
Nếu có cơ hội thì chọn sống với người mình thương hay với người thương mình?
Nếu nhiều đời sống với cái thiện là cái mình thương.
Tâm lành khó có,nhưng nó là cái thương mình. Tâm xấu dễ có nhưng nó là cái mình thương. Có lúc thương cái thằng không ra gì thì phải tỉnh táo mà buông nó.

Ngày xưa, các cụ có hôn nhân áp đặt, cha mẹ đặt đâu con ngồi đó…. Hồi nhỏ, tui thấy điều đó hơi. Tới tuổi này, tôi thấy nó không phải hay 100% nhưng cũng không dở hết, bởi vì "đương cuộc giả mê". Chuyện người thì sáng còn chuyện mình thì quáng. Tuổi trẻ ăn chưa no lo chưa tới, nhiều khi thương người không đáng, chẳng qua mình vừa mắt cái điểm nào đó, nhưng nó không đủ cho mình nương tựa một đời.
Cho nên mới cần bố mẹ bình tĩnh, khách quan. Tại sao chúng ta phải Nghe Pháp? Tại sao cần Minh Sư Thiện Hữu? Bước vào dòng sanh tử, chúng ta ai cũng là cô cậu mới lớn, mà khi cần quyết định, có lúc chúng ta có chỗ nhầm, cho nên cần Minh sư thiện hữu.
Có 3 loại trí: Trí Văn, Trí Tư, Trí Tu.
Điều kiện tiên quyết, cần và đủ là chúng ta phải có kiến thức giáo lý căn bản (văn), trên nền tảng đó chúng ta mới có khả năng suy tư, tu tập.
"Tùng thiện như đăng, tùng ác như băng"
Trượt núi có thể sẩy chân nhưng lên núi không thể sẩy chân mà cần cố gắng, kể cả đi lạc thì có cố gắng mới lên được đỉnh núi.
Nên chọn người mình thương? hay chọn người thương mình? Mượn câu hỏi đó để nói về Phật Pháp.
Phật dạy rất rõ, có một pháp môn là Trạch pháp giác chi. Trạch là lựa. Mình hơn con thú ở chỗ là mình có khả năng chọn lựa. Còn con thú sống theo bản năng.
Tây có câu: Mỗi người đều có khả năng và Bản năng. Bản năng mình cứ nhắm mắt đi theo, còn khả năng thì phải vun bồi.
Trong kinh có nói 2 trường hợp: lợi trước mắt, lợi về sau. Đa phần chúng ta chọn cái thích nên không quan tâm cái lợi, nếu có thì quan tâm lợi trước mắt.
Người Phật tử thứ thiệt, khi gặp cái xấu phải nhớ: Đây là quả xấu từ nhân xấu, đừng tạo nhân xấu nữa.
Nếu gặp điều tốt thì nhớ đây là quả lành từ nhân lành. Tiếp tục tạo nhân lành.
Tôi không màng kiến thức, sức khỏe,.. các vị tới đâu, nhưng nếu các vị có điều kiện nghe một bài giảng bất cứ của ai là các vị may mắn hơn hàng tỷ người trên hành tinh này. Vì có cả tỷ người trên hành tinh này họ không có cơ hội nghe những đề tài mang tính gợi ý, đề nghị cho đời sống tâm linh tinh thần, vì ăn còn không có, bị bệnh,.. bản thân là người độn căn, họ không có dịp nghe bài nói chuyện của ai đó mang nội dung hỗ trợ,gợi ý, khơi gợi cho đời sống tâm linh. Mỗi lần được điều gì nên nhớ đó là quả lành của nghiệp lành quá khứ, hôm nay có được sức khỏe, tiền bạc, tiếng tăm, … là quả lành của thiện nghiệp trong quá khứ.
Khi nhớ thường xuyên như vậy thì thấy cái thiện rất gần mình, thấy cái thiện nó thương mình. Điều thiện chính là người thương mình. Cái bất thiện là điều mình thương nó mà nó không thương mình. Có nhiều người, điều kiện làm lành nó khó lắm. Ai cũng đồng ý tâm lành khó hơn tâm ác.
Nhớ tự hỏi:
Mình đang thương ai? Thương người thương mình hay thương người mình thương? Nếu thương người mình thương phải xét lại coi nó có lợi hay có hại.
Đây là gợi ý hay cho đời sống hôn phối, và đời sống hàng ngày này. Tất thảy đều dựa trên câu tự vấn đó. Theo trong kinh, bất cứ Đức Phật Chánh Đẳng Chánh Giác nào,

nguyên thủy đều giống y chang chúng ta, khi chưa sơ phát Bồ Đề Tâm, thì các Ngài như mình thôi.
Nhưng do gần gũi minh sư thiện hữu, do 3 trí Văn – Tư – Tu, do có (Đại Bi (có lòng thương vạn loại chúng sinh) – Đại Trí(hiểu rằng có mặt ở đời là khổ) khi cả 2 cái này đến mức độ đủ tạo ra Đại Hùng – Đại Lực Đủ để các ngài phát nguyện thành Vô thượng Chánh Đẳng Chánh Giác, kể từ giây phút đó trở đi thì khuynh hướng thiện pháp trong Bồ Tát nhiều hơn.
Chính tâm lành này làm nền tảng cho tâm lành khác. Chính vì chúng ta sống nhiều với thiện tâm thì thiện tâm trước thành lực đẩy cho thiện tâm sau. Mình thường sống hào sảng rộng rãi thì làm nền tảng cho đời sau kiếp khác. Có người họ thấy người khác khổ họ chịu không được, nhờ nhiều đời được sống gần minh sư thiện hữu, họ có từ tâm, có tâm bi mẫn với người khác, nên có được tấm lòng nhạy cảm với cái khổ của người khác. Còn có người không có tâm đó là do nhiều kiếp họ không có tâm từ bi. Hành trình một người chứng đạo, Bồ Tát: Lúc đầu ác nhiều hơn thiện – Thiện Ác bằng nhau (có cơ hội làm ác, làm thiện là làm liền, bằng nhau, còn mình là có cơ hội làm ác thì làm liền mà làm thiện thì chưa chắc)
Còn chuyện mấy vị làm đệ tử ai mấy chục năm nó chỉ là nhãn hiệu thôi quý vị, chưa chắc mình là người biết tận dụng cơ hội làm thiện, cho nên phải xét lại. Chúng ta vẫn nằm trong nhóm 1 Ác nhiều hơn thiện.
Còn nhóm 2: Thiện – Ác bằng nhau. Hạng 3: là số 1: Thiện nhiều hơn Ác. Có cơ hội làm thiện làm liền, nhưng trong 100 cơ hội làm ác thì chỉ lỡ tay vài vụ thôi. Thánh nhân là người chỉ làm thiện thôi. Phần lớn chúng sanh phàm phu là Ác nhiều hơn thiện, nhưng đừng nghe vậy rồi mất tự tin. Chúng ta có biết mình là ai mà không dám tin mình là người nhóm 2, không thuộc 1 phần trăm nhóm 2?
Vấn đề là mình có nỗ lực hay không thôi.
Chỉ có Trời mới biết ai tu nhiều hơn ai. Phật – Thánh Niết Bàn hết rồi. Dù bữa nay quý vị là bà cụ tối nay tắt thở, tái sinh về Miến Điện, rồi làm một vị sư thần đồng, thì 20 năm sau tôi 70 tuổi thì tôi gặp quý vị là tôi hết hồn rồi.
Cơ duyên của mình trong nhiều đời, khi chín muồi là dễ lắm.
Toàn bộ đời sống của mình luôn phải tự vấn: Mình đang theo người thương mình hay người mình thương?
Do túc duyên nhiều đời, mình thương cái thiện hay thương cái ác. Thì dù thương cái ác thì nhớ là Cái thiện là cái thương mình dù mình thương hay không.
Bồ Tát càng tu thì từ nhóm 1 (Ác nhiều hơn Thiện) lên nhóm 2 (Thiện Ác bằng nhau) rồi lên nhóm 3 (Thiện nhiều hơn Ác).
Cái nhảy nhóm nó mới giỏi.
Trong tâm thức của chúng sinh, buổi đầu chúng ta nghĩ cái thích và không thích, rồi từ từ tới Lợi và Hại, tới đây có 3 bước:
1. Quan tâm thích hay không thích
2. Quan tâm cái thiện, ác
3. Khi cái thiện thành bản năng, thành tự nhiên.
Ví dụ: định nghĩa về Từ Bi Hỉ Xả mà có người phật tử khóa học nào cũng học mà gặp lại hỏi trả lời trớt quớt à.

Buổi đầu mình thuộc nhóm đi theo, quan tâm cái thích cái ghét; Tới nhóm 2 quan tâm thiện, ác; Tới nhóm 3: thành tự nhiên.
Họ người họ học đạo, giữ giới, tu thiền,… rất đơn giản.
Rất nhiều người cho tới bây giờ họ cứ tưởng Hành thiện, lánh ác, giữ lòng lành là nguyên tắc, kỹ thuật của Đức Phật dạy. Thật ra đó là luật vũ trụ.
Đức Phật là người nhắc lại những quy tắc, định lý đó. Ngài chỉ dạy cho mình cái nguyên tắc của trời đất vậy đó. Chúng ta hãy bỏ đi nhãn hiệu "Phật tử" chỉ coi đó là khoa học thôi. Tại sao cái thiện là người mình thương mà cũng thương mình. Tôi không biết các vị làm lành sẽ trổ quả lúc nào, nhưng tôi tin chắc 1000% là tâm lành đầu tiên làm quý vị an lạc. Đây là lý do các bạn xem điều lành là điều thương mình, còn quý vị có thương nó không thì tùy quý vị.
Tôi không cần biết chừng nào thiện pháp trổ quả, nhưng chỉ cần có lòng lành là lập tức được an lạc. Khi anh sống bằng trí tuệ, từ tâm, thiền định, kham nhẫn thì ngay lúc đó anh đã được an lạc rồi. Cho nên Hạnh phúc không phải là đích đến (destination) mà là hành trình (journey).
Bản thân cuộc sống thiện là niềm vui rồi. Dầu quý vị có già, bệnh, xấu,.. cỡ nào thì khi sống với lòng lành thì quý vị được an lạc. Đó là lý do vì sao từ Pali gọi lành là Kusala = Thiện = khéo léo.
Vì có ai trong đời này mà không thích sướng sợ khổ?
Khi muốn được sướng không khổ thì phải sống với tâm lành, khéo. Muốn nồi canh ngon thì phải nấu đúng mới ngon. Nếu mà đứa nào trên đời này đều tập trung vào cái chuyện đó (ăn ngon mặc đẹp, tiền bạc, quyền lực…) thì thế giới này là địa ngục đúng không? Cứ quan sát mấy xứ chậm tiến cái gì công cộng nó gỡ nó mang về, phá cho banh-ta-lông, nhà nhà người người thi nhau xả rác, đốn cây, đừng hòng tìm đồ đã mất, thì tưởng tưởng xứ sở mà ai cũng sống vậy thì không đáng sống. Nơi đáng sống là nơi: Của rơi không sợ bị mất.
Sống sao mà tạo nhân lành để được quả lành, và từ quả lành thì có điều kiện tiếp tục tạo nhân lành khác, và từ nhân lành này là điều kiện hỗ trợ cho nhân lành kia. Kể từ sau bài giảng này, bà con phải tự hỏi mình: Mình đang sống với ai đây? Với người thương mình hay người mình thương? Người mình thương là ai Thiện hay ác? Còn kẻ thương mình thì luôn là Thiện, không phải Ác. Tùy căn cơ mỗi người mà Ác, thiện là cái nào là cái mình thích. Phải tập luyện thường xuyên.
SỐNG THIỆN LÀ NIỀM VUI, LÀ QUYỀN LỢI CỦA MÌNH
NIỀM VUI CỦA KẺ NHẬN LUÔN NHỎ HƠN NIỀM VUI CỦA NGƯỜI CHO
Chỉ có sống chánh niệm anh mới thấy được điều đó: Sống thiện là niềm vui, là quyền lợi; niềm vui kẻ nhận luôn nhỏ hơn niềm vui người cho.
CHỈ SỐNG CHÁNH NIỆM MỚI THẤY: TÂM LÀNH LÀ NIỀM VUI HƠN LÀ QUẢ LÀNH
LÀM LÀNH LÀ CƠ HỘI HẠNH PHÚC, LÀ AN LẠC.
LÀM LÀNH, SỐNG THIỆN LÀ AN LẠC
NIỀM VUI TỪ TÂM LÀNH LỚN HƠN QUẢ LÀNH
Tây nó có câu hay lắm: Kiếm được tiền là khả năng, cách xài tiền là văn hóa.
Anh phải có nền tảng văn hóa nhất định anh mới có cách xài tiền có ý nghĩa.

Một thằng ăn cướp, buôn lậu, chơi bài,… đều có khả năng kiếm tiền.
Nhưng cách xài tiền là phải xét lại, xài tiền đúng là văn hóa
Luôn tự hỏi: Sống với người mình thích hay người thích mình.
Làm cách nào?
Chỉ bằng một tâm niệm: Yoniso manasikara = khéo suy tư. Bản thân chuyện sống thiện là hạnh phúc.
Tâm thiện xuất hiện lúc nào là hạnh phúc lúc đó.